ИП Пономаренко Р.А.

Утверждаю

Директор школы №30

М.А.Батюшина

МЕНЮ

"21" 10 2024 г.

7-11 лет

6 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	120	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	15,92	4,10	3,50	15,10	109,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	45	14,39	3,40	4,40	33,50	188,00
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)	180	21,53	5,00	4,50	8,10	102,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	13,47	0,40	0,40	9,80	47,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,98	2,30	0,20	15,10	71,00
Итого				**67,29**	**15,20**	**13,00**	**81,60**	**517,00**
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60	12,27	0,70	0,10	2,30	14,00
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	9,96	3,60	4,60	18,80	144,00
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	104,06	15,70	17,60	16,10	290,00
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,41	0,00	0,00	9,70	39,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,30	3,80	0,30	25,10	118,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,67	3,30	0,40	21,20	102,00
Итого				**136,67**	**27,10**	**23,00**	**93,20**	**707,00**
Полдник								
2023	55	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ	100	48,85	8,10	2,50	40,00	278,00
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)	200	23,92	5,60	5,00	9,00	113,00
Итого				**72,77**	**13,70**	**7,50**	**49,00**	**391,00**
Всего				**276,73**	**56,00**	**43,50**	**223,80**	**1 615,00**

Повар _____ М.В.Богданова